

Дисципліна	Вибіркова дисципліна 10 «Моніторинг фізичного стану спортсменів»
Рівень ВО	Бакалавр
Назва спеціальності/освітньо-професійної програми	017 Фізична культура і спорт / Фізична культура і спорт
Форма навчання	денна / заочна
Курс, семестр, протяжність	Денна / Заочна 3 курс, 6 семестр, один семестр
Семестровий контроль	залік
Обсяг годин (всього: з них лекції/практичні)	Денна: 4 кредити, 120 годин (6 лекцій, 28 лабораторних) Заочна: 4 кредити, 120 годин (6 лекцій, 12 лабораторних)
Мова викладання	українська
Кафедра, яка забезпечує викладання	фітнесу та циклічних видів спорту
Автор дисципліни	Іванюк О.А.
Короткий опис	
Вимоги до початку вивчення	Програма передбачає вивчення особливостей мобілізації функціональних резервів організму і формування функціональної підготовленості кваліфікованих спортсменів у процесі адаптації до напруженої спортивної діяльності.
Що буде вивчатися	Дисципліна включатиме лекційні та лабораторні заняття. На них вивчатимуться особливості прояву фізичної працездатності та мобілізації функціональних можливостей організму в процесі термінової та довготривалої адаптації спортсменів до тренувальних і змагальних навантажень, що пов'язані зі змінами в регуляції фізіологічних функцій. Проводитиметься моніторинг процесу адаптації спортсменів і управління тренувальним процесом з урахуванням

	критеріїв фізіологічної регуляції.
Чому це цікаво/треба вивчати	З допомогою даної дисципліни вдасться сформувати у студентів знання з організації та контролю тренувального процесу у спортсменів та звичайних людей, хто любить фізкультуру та спорт. Вміння користуватись сучасними мобільними навігаційними системами.
Чому можна навчитися (результати навчання)	У результаті вивчення навчальної дисципліни студент повинен знати особливості прояву фізичної працездатності та реакцій кардіореспіраторної системи на фізичні навантаження різного характеру. А також, зможе оцінити властивості психоемоційного стану спортсменів. Проаналізувати особливості варіабельності серцевого ритму. Студент зможе навчитись користуватись монітором серцевого ритму «POLAR»
Як можна користуватися набутими знаннями і вміннями (компетентності)	На сьогоднішній день кожна людина прагне досконалості. Великої популярності набирають тренування різноманітного характеру. А любе з цих тренувань потребує контролю та правильної організації. Студенти навчаться і в подальшому зможуть користуватись мобільними навігаційними системами вимірювання відстані, темпу, частоти серцевих скорочень на базі супутникової глобальної системи позиціонування (GPS), призначена для практичного використання в області комплексного педагогічного та біологічного контролю у спортивній медицині, спортивних тренуваннях (біг, велоспорт, лижний спорт тощо), фізичній реабілітації, професійній медицині з метою дослідження реакції серцево-судинної системи на тестові навантаження різної інтенсивності за природних умов середовища.
Інформаційне забезпечення	Силабус, презентаційні матеріали